

認知症と自動車運転



倉敷平成病院

認知症疾患医療センター長

涌谷 陽介

最近、50歳を前にしてついに私も「老眼」の波が押し寄せてまいりました。もともと近眼ですし、電子カルテやスマホを見てもなんとなく「目がショボショボ」したりします。

だからでしょうか、雨の日の暗い道の運転など、なんとなく「怖いなあ」という感覚が以前より強くなって、五感を研ぎ澄ませるような運転になることがあります。家に着くと結構グツタリ。「五感を研ぎ澄ませる」というのは、言い方を変えれば自分自身が備わった「認知機能」をフル稼働して頑張っているということです。そりゃ疲れます。

視力・視野の低下が自動車運転にとって重大な影響を及ぼすのはすぐにわかりますよね。でも、私たちに備わったどんな「認知機能」が自動車運転にとって大切なのか、なかなかわかりにくいと思います。

私自身が自動車運転にとって一番大切だと思うのは、「現在の自分自身の能力を見極める力」です。自分の能力を客観的に捉え、何が自分の弱点になってきたかをあらかじめ理解して、安全に配慮した行動に移せる

力といえいいでしょうか。端的に言えば自動車運転における自己評価です。(表1)

自動車運転をなかなかやめようと思えない認知症の方は、この力が衰えている場合も多いように思えます。そんな時によく出てくる表現としては、「もう30年以上(50年と言う方もいらつしやる)。無事故無違反なのでまだまだ大丈夫」「ゴールド免許だから大丈夫」「運転に困るほど老化はしていない」と言った言葉です。

初期の場合、認知症があるからといって、すぐに自動車運転に支障をきたすかというところももちろんそうではありません。でも、「いつ運転を止めるか」ということをご本人や周りの人たちが真剣に考える時期にさしかかっていることは確かです。

そもそも自動車運転は、記憶力、注意力・集中力、意欲、視空間認知、場所の認知、危険を察知したり推論したりする能力、行動の俊敏性や正確性(察知したことを素早く正確に運転動作に反映する力)などなど、私たちに備わった認知機能が総動員される複雑な作業であることをまず

よく理解しておく必要があります。どれかの機能が極端に衰えたり、組み合わさって衰えたりすれば、安全な自動車運転はだんだんと難しくなります。自動車運転に関連した場面の中で、認知機能の衰えを見つけるヒントやチェックシートもあるので参考にしましょう。

最近、新聞・テレビ・雑誌・インターネットなどで「認知症と自動車運転」の話題がとつても増えています。中には痛ましい交通事故に至ってしまったケースもあります。75歳以上の方は、認知機能の状態を評価する講習予備検査を受けることが義務付けられています。また、医師は、何らかの認知症と診断された方が運転を続けていることを知った場合は、

患者さんやご家族と自動車運転のことを話し合い、運転の中止や免許の返納に関して説明することが求められます。また、任意ではあるものの、認知症の方の運転が危険と判断した場合は、公安当局に診断の届け出を行うこともあります。自動車運転の基本は自分自身の「利便性」に固執するのではなく、自分や他者を含めた「命を守る」姿勢が何より大切です。自分自身の認知機能や運動機能が衰えてきた時に「私の自動車運転で、自分や人の『命』を守ることができようだろうか」と問いかけてみて下さい。

表1 浦上式運転時認知障害発見リスト

- 車のキーや免許証などを探し回ることが増えた。
- 曲がる際にウィンカーを出し忘れることが増えた。
- 何度も行っている場所への道順がすぐに思い出せないことが増えた。
- 車庫入れで壁やフェンスに車体をこすることが増えた。
- 駐車場所のラインや枠内に合わせて車を停めることが難しくなった。
- 急発進や急ブレーキ、急ハンドルなど、運転が荒くなった(と言われるようになった)。
- 車の汚れが気にならず、あまり洗車をしなくなった。
- 洗車道具などをきれいに整理しなくなった。
- 好きだったドライブに行く回数が減った。
- 同乗者と話しながらの運転がしづらくなった。

以前と比べて変化したと思われる項目をチェックしてください。

3つ以上の項目にチェックが入る人は要注意。病院への受診を検討してください。

(JAF Mate 2014年11月号 認知症は怖くないvol.2 今月のチェックテーマ「ドライブ編」44ページ)